Covid e salute mentale

Autore: Angela Mammana
Fonte: Città Nuova

L’appello delle Nazioni Unite agli Stati, perché non trascurino il trattamento della sofferenza psicologica. Gli effetti della pandemia sulla popolazione, tra depressione e suicidio

«La salute mentale è al centro della nostra umanità. Ci consente di condurre vite ricche e soddisfacenti e di partecipare alle nostre comunità. Ma il virus COVID-19 non sta solo attaccando la nostra salute fisica; sta anche aumentando la **sofferenza psicologica**. Il dolore per la perdita dei propri cari, lo shock per la perdita di posti di lavoro, l’isolamento e le restrizioni nei movimenti, le dinamiche familiari difficili, l’incertezza e la paura per il futuro, i problemi di salute mentale, inclusi depressione e ansia, sono alcune delle maggiori cause di sofferenza nel nostro mondo». Afferma, il Segretario Generale delle Nazioni Unite, **António Guterres**. Il Consiglio Nazionale Ordine Psicologi (www.psy.it) ribadisce: #LASALUTEPSICOLOGICAÈUNDIRITTO con una **campagna mediatica** e un comunicato firmato dall’Esecutivo CNOP e da tutti i presidenti degli Ordini territoriali, nel quale si esorta il Governo a mettere in atto risposte strutturali, coordinate ed efficaci, non solo riparative ma soprattutto di promozione di risorse e resilienza. Scrivono: «L’area della salute e del benessere psicologico, per le sue specificità clinico-organizzative, deve operare in un **organico coordinamento fra il polo ospedaliero e la rete territoriale**, attuando modelli di intervento a rete per la gestione delle situazioni ordinarie e di emergenza, e consentendo un approccio integrato alla persona». Le Nazioni Unite (https://unric.org/it) accendono il riflettore sulle forti ripercussioni psicologiche al livello mondiale. Gutierres continua dicendo: «Dopo decenni di abbandono e investimenti insufficienti nei servizi di salute mentale, la pandemia di COVID-19 sta colpendo famiglie e comunità con ulteriore stress mentale. Quelli più a rischio sono **operatori sanitari in prima linea, anziani, adolescenti e giovani**, quelli con condizioni di salute mentale preesistenti e quelli coinvolti in conflitti e crisi». Sottolinea quanto i servizi di salute mentale siano una parte essenziale di tutte le risposte del governo a COVID-19, esorta i governi, la società civile, le autorità sanitarie a riunirsi urgentemente per affrontare **la dimensione della salute mentale di questa pandemia**. È consapevole che anche quando la pandemia sarà sotto controllo, il dolore, l'ansia e la depressione continueranno a colpire le persone. Il 13 Maggio è stato lanciato un *brief* politico su COVID-19 e la salute mentale pubblicando un **documento** che riassume le riflessioni sostenute. Il Segretario di origini portoghesi afferma con determinazione che «le politiche devono supportare e prendersi cura delle persone affette da condizioni di salute mentale e proteggere i loro diritti umani e la loro dignità». Prima che emergesse il COVID-19 le statistiche sulle condizioni di salute mentale erano già critiche, nell’informativa politica riportano dei dati rilevati prima della Pandemia:

- **La depressione colpisce 264 milioni di persone nel mondo**.
- Circa la metà di tutte le condizioni di salute mentale inizia all'età di 14 anni e il **suicidio** è la seconda causa principale di morte nei giovani di età compresa tra 15 e 29 anni.
- Più di 1 persona su 5 che vive in **contesti di conflitto** ha una condizione di salute mentale precaria.
- Le persone con gravi condizioni mentali **muoiono** 10-20 anni prima della popolazione generale.
- Meno della metà dei Paesi riferisce di avere le proprie **politiche** in materia di salute mentale allineate ai diritti umani.
- Nei Paesi a basso e medio reddito tra il 76% e l'85% delle persone con condizioni di salute mentale non ricevono alcun **trattamento** per la loro condizione.
- A livello globale esiste **meno di 1 professionista della salute mentale per ogni 10.000**

persone.

- Le **violazioni dei diritti umani** nei confronti di persone con gravi condizioni di salute mentale sono diffuse in tutti Paesi del mondo.

Al fine di ridurre al minimo le conseguenze sulla salute mentale della pandemia, le **Nazioni Unite** suggeriscono tre azioni: 1) Applicare un approccio per tutta la società per **promuovere, proteggere e curare la salute mentale**: includere la salute mentale e le considerazioni psicosociali nei piani di risposta nazionali in tutti i settori pertinenti, ad esempio sostenendo gli ambienti di apprendimento e educazione per bambini e giovani che sono confinati a casa; rispondere in modo proattivo alla riduzione delle avversità legate alla pandemia che sono note per nuocere alla salute mentale, ad esempio **violenza domestica e impoverimento acuto**; creare delle comunicazioni per essere sensibili al loro potenziale impatto sulla salute mentale delle persone, ad esempio comunicando empatia per il disagio delle persone e includendo consigli per il loro benessere emotivo.

2. Assicurare disponibilità per l'emergenza salute mentale e **sostegno psicosociale**: sostenere le azioni della comunità che rafforzano la coesione sociale e riducono la solitudine, ad esempio sostenendo attività che aiutano gli anziani isolati a rimanere in contatto; investire in interventi di salute mentale che possono essere **erogati da remoto**, ad esempio un telelavoro di qualità per gli operatori sanitari di prima linea e le persone a casa con depressione e ansia; assicurare **un'assistenza ininterrotta** di persona a gravi condizioni di salute mentale definendo formalmente tale assistenza come servizi essenziali da continuare per tutta la pandemia; proteggere e promuovere i diritti umani delle persone con gravi condizioni di salute mentale e disabilità psicosociali, ad esempio monitorando se hanno pari accesso alle cure per COVID-19.
3. Sostenere il recupero da covid-19 costruendo **servizi di salute mentale per il futuro**: tutte le comunità interessate avranno bisogno di servizi di salute mentale di qualità per sostenere il recupero della società da COVID-19, e ciò richiede **investimenti** per quanto segue: utilizzando l'attuale momento di interesse per la salute mentale per catalizzare le riforme della salute mentale, ad esempio sviluppando e finanziando l'attuazione delle strategie di riorganizzazione dei servizi nazionali che spostano l'assistenza dalle istituzioni ai servizi della comunità; **assicurarsi che la salute mentale faccia parte della copertura sanitaria universale**, ad esempio includendo l'assistenza per i disturbi mentali, neurologici e di uso di sostanze in pacchetti di prestazioni sanitarie e regimi assicurativi; sviluppare la capacità delle risorse umane di fornire assistenza mentale e assistenza sociale, ad esempio tra gli operatori della comunità in modo che possano fornire supporto; l'organizzazione di servizi basati sulla comunità che proteggano e promuovano i diritti umani delle persone, ad esempio **coinvolgendo le persone con esperienza vissuta nella progettazione**, attuazione e monitoraggio dei servizi.

La rapida attuazione di queste azioni raccomandate sarà essenziale per garantire che le persone e le società siano meglio protette dall'impatto sulla salute mentale di COVID-19.